

| 日付 | 完了期 | 後期 | 中期 |
|------|---|--|---|
| 1 金 | 牛乳、ビスケット 鶏肉のパン粉焼き ごはん キャベツと人参の昆布和え 里芋とねぎのみそ汁 もも 麦茶、コーンフレーク | ビスケット 5倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参和え 玉ねぎのみそ汁 | おせんべい 7倍粥 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参煮 玉ねぎのみそ汁 |
| | 牛乳、おせんべい | おせんべい | おせんべい |
| 2 土 | きつねうどん パナナ しゅうまい ささみときゅうりのあえもの | 煮込みうどん パナナ マッシュかぼちゃ | 煮込みうどん パナナ マッシュかぼちゃ |
| | 牛乳、おほかおにぎり | ひじき粥 | ひじき粥 |
| 5 火 | 牛乳、クリームサンドビスケット きのこカレーライス ミニゼリー 三色ナムル わかめスープ 牛乳、薄焼きピザ | ウエハース かぼちゃと鶏のドリア風 三色和え じゃがいものスープ おせんべい | おせんべい かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草煮 じゃがいものスープ おせんべい |
| | 牛乳、おせんべい | おせんべい | おせんべい |
| 6 水 | 鶏肉のトマト煮 ごはん 小松菜と人参のおかか和え なし さつまいもと玉ねぎのみそ汁 コーンスープ、クラッカー | 5倍粥 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 小松菜と人参和え さつまいものみそ汁 ひじき粥 | 7倍粥 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 小松菜と人参煮 さつまいものみそ汁 ひじき粥 |
| | 牛乳、おせんべい | おせんべい | おせんべい |
| 7 木 | チャブチェ ごはん ブロッコリーとしらす和え キャベツとえのきのみそ汁 | 5倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリーとしらす和え キャベツのみそ汁 | 7倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリーとしらす煮 キャベツのみそ汁 |
| | 牛乳、シュガートースト | パン粥 | パン粥 |
| 8 金 | 牛乳、ビスケット 鶏肉の照り焼き いなりごはん カミカミサラダ パイン お麩とわかめのみそ汁 | ビスケット 5倍粥 しらすとほうれん草煮 きゅうりスティック 人参のみそ汁 | おせんべい 7倍粥 しらすとほうれん草煮 ブロッコリー煮 人参のみそ汁 |
| | 牛乳、紅白蒸しパン | マッシュかぼちゃ | マッシュかぼちゃ |
| 9 土 | 牛乳、小魚せんべい ひき肉チャーハン ミニゼリー ほうれん草としめじのソテー わかめとえのきのみそ汁 | おせんべい あんかけごはん マッシュかぼちゃ ほうれん草のみそ汁 | おせんべい あんかけごはん マッシュかぼちゃ ほうれん草のみそ汁 |
| | 牛乳、パンケーキ | しらす粥 | しらす粥 |
| 11 月 | 牛乳、おせんべい じゃがいものそぼろ煮 ごはん キャベツと人参のゆかり和え 豆腐となめこのみそ汁 もも | おせんべい 5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁 | おせんべい 7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁 |
| | 牛乳、わかめうどん | 野菜うどん | 野菜うどん |
| 12 火 | 牛乳、クリームサンドビスケット クリームスパゲティ パナナ ブロッコリーと人参のごま和え 白菜とコーンのスープ 牛乳、昆布おにぎり | ビスケット スープスパゲティ パナナ ブロッコリーと人参和え かぼちゃ粥 | おせんべい スープスパゲティ パナナ ブロッコリーと人参煮 かぼちゃ粥 |
| | 牛乳、おせんべい きのこの煮込みハンバーグ ごはん コールスローサラダ なし かぶとわかめのみそ汁 | おせんべい 5倍粥 ハンバーグ 人参スティック キャベツと玉ねぎのみそ汁 | おせんべい 7倍粥 ハンバーグ風 人参スティック キャベツと玉ねぎのみそ汁 |
| 13 水 | 牛乳、ココア蒸しパン | ブロッコリーのおやき | ブロッコリー粥 |
| | 牛乳、おせんべい カレイのごま照り焼き ごはん スパゲティのツナサラダ パイン キャベツと大根のみそ汁 | おせんべい 5倍粥 カレイのほくし スパゲティサラダ キャベツと大根のみそ汁 | おせんべい 7倍粥 カレイ煮 スパゲティサラダ キャベツと大根のみそ汁 |
| 14 木 | 牛乳、さつまいも香巻き | マッシュさつまいも | マッシュさつまいも |
| | 牛乳、ビスケット ささみとブロッコリーのあんかけ 根菜のほっこり煮 みかん 肉団子スープ | ビスケット 5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 人参と大根煮 豆腐のスープ | おせんべい 7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 人参と大根煮 豆腐のスープ |
| 15 金 | 牛乳、メロンパンクッキー | マッシュかぼちゃ | マッシュかぼちゃ |
| | 牛乳、おせんべい しょうゆラーメン パナナ しゅうまい ブロッコリーとひじきの炒めもの | おせんべい 肉みそうどん パナナ ブロッコリーとひじき煮 | おせんべい 肉みそうどん パナナ ブロッコリーとひじき煮 |
| 16 土 | 牛乳、ごま塩おにぎり | ほうれん草粥 | ほうれん草粥 |

| | | | |
|------|--|--|--|
| | 牛乳、小魚せんべい | ウエハース | おせんべい |
| 18 月 | カレーライス ミニゼリー 春雨サラダ 豆腐の中華スープ 牛乳、お麩ラスク | かぼちゃと鶏のドリア風 きゅうりスティック 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリーのおやき | かぼちゃと鶏のドリア風 ほうれん草煮 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリー粥 |
| 19 火 | 牛乳、クリームサンドビスケット 鶏肉のマーマレード焼き ごはん ブロッコリーのツナサラダ もも 高野豆腐ときのこのみそ汁 牛乳、ココアパンケーキ | ビスケット 5倍粥 しらすと人参煮 ブロッコリーサラダ 豆腐のみそ汁 ひじき粥 | おせんべい 7倍粥 しらすと人参煮 ブロッコリーサラダ 豆腐のみそ汁 ひじき粥 |
| 20 水 | 牛乳、おせんべい 中華丼 なし ちくわときゅうりのあえもの ほうれん草とコーンのスープ | 中華丼 人参スティック ほうれん草のスープ | おせんべい 中華丼 人参煮 ほうれん草のスープ |
| 21 木 | 牛乳、おせんべい 豆腐チャンプル ごはん ブロッコリーと人参のおかか和え 小松菜としめじのみそ汁 みかん | おせんべい 5倍粥 ほうれん草の白和え ブロッコリーと人参和え 小松菜のみそ汁 | おせんべい 7倍粥 ほうれん草の白和え ブロッコリーと人参煮 小松菜のみそ汁 |
| 22 金 | 牛乳、クラッカー 牛乳、ビスケット カレイのほぐし ごはん 豆とひじき煮 ミニゼリー けんちん汁 牛乳、きな粉蒸しパン | かぼちゃのおやき ビスケット 5倍粥 カレイのほぐし 豆とひじき煮 人参と大根のみそ汁 ほうれん草のおやき | マッシュかぼちゃ おせんべい 7倍粥 カレイ煮 豆とひじき煮 人参と大根のみそ汁 ほうれん草粥 |
| 25 月 | 牛乳、おせんべい マーボー豆腐丼 パイン ほうれん草と人参のごま和え もやし中華スープ 牛乳、しらすピザ | おせんべい マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参和え もやしと玉ねぎのスープ | おせんべい マーボー豆腐丼 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ |
| 26 火 | 牛乳、小魚せんべい わかめうどん パナナ タンドリーチキン ブロッコリーマヨネーズ和え 牛乳、ゆかりおにぎり | おせんべい あんかけうどん パナナ 茹でブロッコリー ひじき粥 | おせんべい あんかけうどん パナナ ブロッコリー煮 ひじき粥 |
| 27 水 | 牛乳、クリームサンドビスケット しらすとほうれん草煮 ごはん スパゲティーサラダ ミニゼリー 豚汁 麦茶、お誕生日ケーキ | ビスケット 5倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティーサラダ 野菜のみそ汁 バナナきな粉ヨーグルト | おせんべい 7倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティーサラダ 野菜のみそ汁 バナナきな粉ヨーグルト |
| 28 木 | 牛乳、おせんべい 豚肉のしょうが焼き ごはん さつまいものサラダ なし かぶと油揚げのみそ汁 牛乳、ジャムサンド | おせんべい 5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 さつまいものサラダ 人参のみそ汁 パン粥 | おせんべい 7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 さつまいものサラダ 人参のみそ汁 パン粥 |
| 29 金 | 牛乳、ビスケット きのこの炊き込みごはん みかん 鶏肉と野菜の照り焼き キャベツのツナサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 麦茶、コーンフレーク | ウエハース 5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁 ブロッコリー粥 | おせんべい 7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁 ブロッコリー粥 |
| 30 土 | 牛乳、おせんべい ひじきチャーハン ミニゼリー ささみのカレーサラダ ほうれん草ともやしのみそ汁 牛乳、ココア蒸しパン | おせんべい あんかけごはん マッシュかぼちゃ ほうれん草と人参のみそ汁 野菜リング | おせんべい あんかけごはん マッシュかぼちゃ ほうれん草と人参のみそ汁 野菜リング |

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。